

病院だより



西伊豆健育会病院 2025年度第8号

寒暖差にご注意ください！

秋が深まり、朝晩はひんやりと感じる季節になりました。

この時期は、日中との気温差が大きくなり、体に負担がかかりやすくなります。

特に血圧の変動には注意が必要です。



寒暖差と血圧の関係

寒暖差は血圧を急激に変動させ、高血圧や脳卒中、心筋梗塞などのリスクを高めます。寒さで血管が収縮して血圧が上昇する一方、急に体を温めると血圧が急降下し、特にヒートショックを引き起こしやすいため注意が必要です。

「朝の冷え込み」「お風呂に入る前後の温度差」「屋内外の出入り」には注意しましょう。

こんなときは受診をお勧めします

- ・いつもより血圧が高い（または低い）状態が続く
- ・頭痛やめまい、息切れ、むくみなどの症状がある
- ・体調に不安を感じる

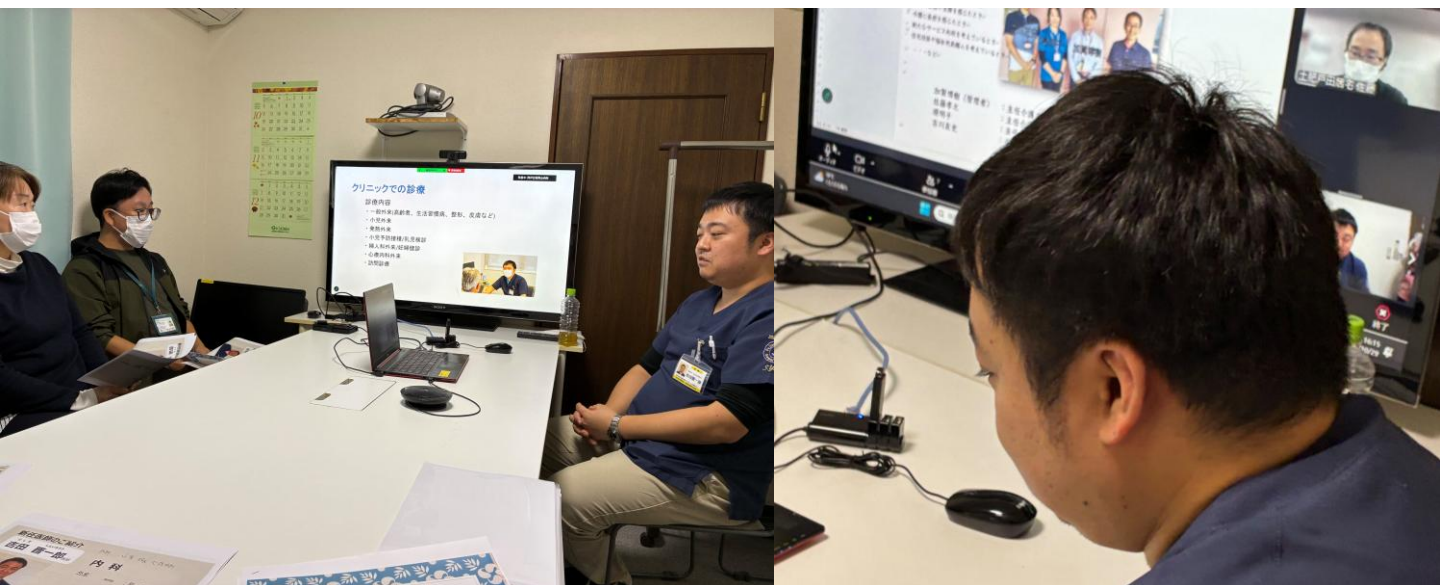
「これくらい大丈夫かな…」と思っても、早めの受診や相談が安心への近道です。



不安なことがあれば、どうぞお気軽にご相談ください。



在宅医療懇談会を開催しました



地域のケアマネジャーの皆さまを対象に、
現地とZoomを併用したハイブリッド形式で
在宅医療懇談会を開催しました。

今回は、土肥・西伊豆・松崎の3地区から
13名のケアマネジャーの方々にご参加いた
だきました。

講師は、10月より勤務を開始した吉田晋一郎
医師が務め、自己紹介と家庭医療についての
説明しました。その後、参加されたケアマネ
ジャーの皆さまにも自己紹介をしていただき、
和やかな雰囲気の中で交流を深めることが
できました。

次回の在宅医療懇談会は、来年1月に開催を予定しています。



11月は4名の医師が研修を行います。

順天堂大学医学部附属静岡病院
沼津市立病院
静岡済生会総合病院
静岡市立静岡病院

田中 千裕 医師
濱田 幸典 医師
高畑 英一郎 医師
柳沢 玲奈 医師

問い合わせ先

西伊豆健育会病院

代表番号 : ☎0558-52-2366

医療連携室 : ☎0558-52-2626